MENGGAPAI DOA MUSTAJAB

Berdasarkan al-Qur'an dan Hadits

Oleh: M. Syafi'i Wasya al-Lamunjani

(Pimpinan Pond-Pest. RAUDHATUL QUR'AN PAYARAMAN OI SUMSEL)

A. Pengertian Doa dan Keutamaannya

Doa dapat diartikan permohonan (QS. Ghafir: 60), menyembah (QS. Yunus: 106), minta bantuan (QS. Al-Baqarah: 23), panggilan (QS. Al-Isra’: 52), ucapan (QS. Yunus: 10), dan sanjungan (QS. Al-Isra’: 110).

Doa adalah penghambaan hamba pada Sang Khaliq dengan permohonan sepenuh hati agar Dia mengabulkan hajatnya.

Adapun di antara keutamaan-keutamaan doa sebagaimana yang tercantum dalam *nash-nash* adalah:

إِنَّ اَلدُّعَاءَ هُوَ اَلْعِبَادَةُ

“Doa itu adalah ibadah.” (HR. Ahmad, no.18386 dan Ibnu Majjah, no.3828. Hadits shahih)

مَنْ لَمْ يَسْأَلِ اللهَ يَغضَبْ عَلَيْه

“Barang siapa yang tidak berdoa pada Allah, maka Allah akan murka padanya.” (HR. Tirmidzi dan Baihaqi. Hadits hasan)

وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ

Tuhanmu berfirman: “Berdoalah kepada-Ku, niscaya Aku akan menjawab bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang menyombong-kan diri dari menyembah-Ku akan masuk neraka Jahannam dalam keadaan hina dina.” (QS. Ghafir: 60)

لا يُغْنِي حَذَرٌ مِنْ قَدْرٍ، و الدُّعَاءُ يَنْفَعُ مِمَّا نَزَلَ و مِمَّا لَمْ يَنْزِلْ

“Sikap hati-hati tidak mampu merubah takdir. Sedangkan doalah yang berguna untuk yang telah datang atau yang belum datang.” (HR. Hakim, no.1813. Hadits hasan)

لاَ يَرُدُّ الْقَضَاء إِلاَّ الدُّعَاء

“Qadha (ketetapan Allah) tidak akan dapat berubah kecuali dengan doa.” (HR. Tirmidzi, no. 2139. Hadits hasan)

لَيْسَ شَيْءٌ أَكْرَمَ عَلَى اللهِ سُبْحَانَهُ مِنَ الدُّعَاء

“Tiada sesuatu yang lebih mulia di sisi Allah selain doa.” (HR. Ibnu Majjah, no.382 . Hadits hasan)

B. Allah Mengabulkan Doa Orang Muslim

Selama orang Muslim mengerjakan perintah Allah dan menjahui larangan-Nya, maka Allah akan mengabulkan doanya. Allah berfirman yang artinya, *“Apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.”* (QS. Al-Baqarah: 186)

Ada beberapa cara Allah mengabulkan doa, yaitu:

1. Allah mengabulkan doa dengan segera. Sabda Rasulullah,

إِمَّا أَنْ يُعَجِّلَ لَهُ دَعْوَتَهُ. (رواه أحمد و الحاكم وحسنه الألباني)

"Allah menyegerakan terkabulnya doanya."

2. Allah mengabulkan doa namun menyimpannya untuk di akhirat kelak. Sabda Rasulullah,

وَإِمَّا أَنْ يَدَّخِرَهَا لَهُ فِي الآخِرَةِ. (رواه أحمد و الحاكم وحسنه الألباني)

"Allah menyimpannya untuknya di Akhirat."

3. Allah mengabulkan doa dengan mengalihkan pada perkara lain yang serupa. Sabda Rasulullah,

وَإِمَّا أَنْ يَكُفَّ عَنْهُ مِنَ السُّوءِ بِمِثْلِهَا. (رواه أحمد و الحاكم وحسنه الألباني)

"Allah mencegah kejelekan semisal."

4. Allah mengabulkan doa dalam tempo yang panjang, baik itu beberapa tahun ataupun untuk anak cucu kelak. Yang demikian seperti doa Nabi Ibrahim yang dikabulkan Allah dalam tempo yang panjang. Nabi Ibrahim berdoa, yang artinya, *"Ya Tuhan Kami, utuslah untuk mereka sesorang Rasul dari kalangan mereka, yang akan membacakan kepada mereka ayat-ayat Engkau, dan mengajarkan kepada mereka al-Kitab (al-Quran) dan al-Hikmah (al-Sunnah) serta mensucikan mereka. Sesungguhnya Engkaulah yang Maha Kuasa lagi Maha Bijaksana."* (QS. Al-Baqarah: 129). Dalam tempo yang lama Allah mengabulkan doa Nabi Ibrahim dengan mengutus Nabi Muhammad.

C. Menggapai Doa Mustajab

1. Sebab-sebab Doa Dikabulkan Allah

Mengerjakan perintah-perintah Allah dan Rasul-Nya, dan menjahui larangan-larangan Allah dan Rasul-Nya, serta selalu mendekatkan diri pada Allah merupakan kunci doa dikabulkan Allah.

Selain itu agar doa dikabulkan, sebaiknya memperhatikan hal-hal yang ada dalam *nash-nash* sebagai berikut:

A. Penuh keikhlasan dalam berdoa

Allah berfirman,

فَادْعُواْ اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ

"Maka berdoalah (sembahlah) Allah dengan memurnikan ibadah kepada-Nya." (QS. Ghafir: 14)

B. Makanan dan pakaian yang halal

Rasulullah bersabda,

إنَّ الله طيّبٌ لا يَقْبَلُ إلا طيّباً

"Sesungguhnya Allah itu Mahabaik, Dia tidak menerima kecuali yang baik." (HR. Muslim, no.2393)

C. Mengamalkan amalan-amalan sunnah

Orang yang banyak mengamalkan amalan-amalan sunnat maka Allah akan mengabulkan doanya.

Dalam Hadits Qudsi yang diriwayatkan Bukhari, no.6137, Allah berfirman,

وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ وَمَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا وَرِجْلَهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا وَإِنْ سَأَلَنِي لَأُعْطِيَنَّهُ وَلَئِنْ اسْتَعَاذَنِي لَأُعِيذَنَّهُ

D. Berdoa bukan untuk hal yang berdosa

Dari Abu Sa'id r.a., bahwasanya Rasulullah bersabda,

مَا مِنْ مُسْلِمٍ يَدْعُو بِدَعْوَةٍ لَيْسَ فِيهَا إِثْمٌ، وَلاَ قَطِيعَةُ رَحِمٍ إِلاَّ أَعْطَاهُ اللهُ بِهَا إِحْدَى ثَلاَثٍ : إِمَّا أَنْ يُعَجِّلَ لَهُ دَعْوَتَهُ، وَإِمَّا أَنْ يَدَّخِرَهَا لَهُ فِي الآخِرَةِ، وَإِمَّا أَنْ يَكُفَّ عَنْهُ مِنَ السُّوءِ بِمِثْلِهَا ، قَالُوا: إِذًا نُكْثِرُ يَا رَسُولَ اللهِ ؟ قَالَ: اللهُ أَكْثَرُ.

"Tidaklah seseorang muslim berdoa yang dalam doanya tidak mengandung dosa dan memutuskan silaturrami kecuali Allah mengabulkannya dengan 3 perkara; 1) Allah menyegerakan terkabulnya doanya, 2) Allah menyimpannya untuknya di Akhirat, 3) dan Allah mencegah kejelekan semisal.' Para sahabat berkata, 'Jika begitu kami akan memperbanyak doa wahai Rasulullah.' Rasulullah berkata, 'Allah lebih banyak (mengabulkan untuk kalian)." (HR. Ahmad, no.11133. Hadits shahih)

E. Tidak tergesa-gesa untuk segera dikabulkan doa

Rasulullah bersabda,

يُسْتَجَابُ لِلدَّاعِي مَا لَمْ يَعْجَلْ فَيَقُولُ دَعَوْتُ فَلَمْ يُسْتَجَبْ لِي

"Dikabulkan doa seseorang selama ia tidak terburu-buru; ia mengatakan, 'Aku telah berdoa namun belum dikabulkan untukku." (HR. Muslim, no.92)

F. Yakin dikabulkan doa yang dipanjatkan

Rasulullah bersabda,

ادعوا الله وأنتم موقنون بالإجابة واعلموا أن الله لا يستجيب دعاء من قلب غافل

"Berdoalah pada Allah sedangkan kalian berkeyakinan dikabulkan. Ketahuilah sesungguhnya Allah tidak mengabulkan doa dari orang yang hatinya lalai." (HR. Tirmidzi, no.3479. Albani men-*hasan*kannya)

G. Banyak berdzikir pada Allah

Rasulullah bersabda,

ثلاثة لا يرد الله دعاءهم الذاكر الله كثيراً والمظلوم، والإمام المقسط

"Tiga doa yang tidak tertolak; 1) Orang yang banyak berdzikir pada Allah, 2) Orang yang didhalimi, 3) Pemimpin yang adil." (HR. Baihaqi *fi Syu'ab al-Iman*, no.9017. Hadits hasan)

H. Berwasilah dengan amal shalih.

Sebagaimana yang diriwayatkan dalam Hadits yang panjang, bahwa 3 orang tersekap dalam gua, lalu berdoa dengan menggunakan wasilah amal shalih mereka, kemudian Allah mengabulkannya.

I. Dalam waktu lapang masih tetap berdoa

Rasulullah bersabda,

مَنْ سَرَّهُ أَنْ يَسْتَجِيْبَ اللهُ لَهُ عِنْدَ الشَّدَائِدِ وَالْكُرَبِ فَلْيُكْثِرِ الدُّعَاءَ فِي الرَخَاءِ

"Barang siapa yang menginginkan doanya dikabulkan Allah ketika dalam keaadaan sulit dan susah, maka hendaknya ia memperbanyak doa ketika waktu lapang." (HR. Tirmidzi, no.3382. Hadits hasan)

2. Orang-orang yang Doanya Mustajab

Selain hal-hal yang menyebabkan doa dikabulkan Allah seperti yang diterangkan di atas, ada orang-orang yang doanya mustajab. Mereka adalah:

A. Doa orang tua, orang puasa, dan musafir

Rasulullah bersabda,

ثَلاَثُ دَعَوَاتٍ لا تُرَدُّ: دَعْوَةُ الْوَالِدِ، وَدَعْوَةُ الصَّائِمِ، وَدَعْوَةُ الْمُسَافِرِ

"Tiga macam doa yang tidak akan tertolak: 1) Doa orang tua, 2) Doa orang yang berpuasa, 3) Doa musafir." (HR. Baihaqi, no.6185. hadits hasan)

B. Doa orang tanpa sepengetahuan

Rasulullah bersabda,

دَعْوَةُ الْمَرْءِ الْمُسْلِمِ لأَخِيهِ بِظَهْرِ الْغَيْبِ مُسْتَجَابَةٌ عِنْدَ رَأْسِهِ مَلَكٌ مُوَكَّلٌ كُلَّمَا دَعَا لأَخِيهِ بِخَيْرٍ قَالَ الْمَلَكُ الْمُوَكَّلُ بِهِ آمِينَ وَلَكَ بِمِثْلٍ

"Doa seseorang pada saudaranya tanpa sepengetahuan pihak yang didoakan dikabulkan Allah, dan Malaikat yang diutus berada di sisi kepalanya. Ketika dia berdoa kebaikan untuk saudaranya Malaikat yang diutus mengatakan, 'Aamien dan bagimu semisal juga." (HR. Muslim, no.7105)

C. Doa orang yang didhalimi

Rasulullah bersabda,

دَعْوَةُ الْمَظْلُومِ مُسْتَجَابَةٌ وَإِنْ كَانَ فَاجِرًا

"Doa orang yang terdhalimi mustajab walaupun dia fajir." (HR. Ahmad, no.8795. Albani men-*hasan*kannya)

D. Orang yang banyak mengingat Allah dan pemimpin yang adil

"Tiga doa yang tidak tertolak; 1) Orang yang banyak mengingat Allah, 2) Orang yang didhalimi, dan 3) Pemimpin yang adil." (HR. Baihaqi *fi Syu'ab al-Iman*, no.9017. Hadits hasan)

3. Tempat-Tempat yang Mustajab dalam Berdoa

Tempat yang paling mustajab dalam berdoa adalah masjid-masjid Allah dalam arti secara umum. Rasulullah bersbada:

أَحَبُّ الْبِلاَدِ إِلَى اللَّهِ مَسَاجِدُهَا

"Tempat-tempat yang paling disenagi Allah adalah masjid." (HR. Muslim, no.1560).

Sedangkan masjid-masjid yang paling mulia adalah*: 1) Masjidil Haram, 2) Masjid Nabawi, 3) Masjid Aqsha, 4) Masjid Quba', dan kemudian masjid-masjid lainnya.*

A. Masjidil Haram

Allah telah memuliakan Ka'bah sebagai kiblat kaum muslimin. Orang yang shalat sekali di Masjidil Haram sebanding dengan orang yang shalat 100.000 kali di tempat lain. Rasulullah bersabda:

وَصَلَاةٌ فِي الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَفْضَلُ مِنْ مِائَةِ أَلْفِ صَلَاةٍ فِيمَا سِوَاهُ. (رواه أحمد وصححه الأرنؤوط)

Secara keseluruhan Masjidil Haram adalah tempat yang mustajab untuk berdoa. Ada beberapa tempat yang paling mustajab di dalamnya:

- *Multazam* (tempat antara Hajar Aswad dan pintu Ka'bah). Rasulullah bersabda, *"Tidaklah seseorang menetapi tempat antara rukun Hajar Aswad dan pintu Ka'bah (multazam) seraya ia memohon sesuatu kecuali Allah mengabulkannya."* (HR. Abu Daud dan Ibnu Majjah)
- Antara Rukun Yamani dan Rukun Hajar Aswad.
- Shafa dan Marwa.

B. Masjid Nabawi

Masjid Nabawi merupakan tempat suci kedua setelah Masjidil Haram. Orang yang shalat sekali di Masjidil Nabawi sebanding dengan orang yang shalat 1000 kali di tempat lain. Rasulullah bersabda:

صَلَاةٌ فِي مَسْجِدِي هَذَا أَفْضَلُ مِنْ أَلْفِ صَلَاةٍ فِيمَا سِوَاهُ. (رواه أحمد وصححه الأرنؤوط)

Tempat yang utama di Masjid Nabawi adalah *Raudhah.* Rasulullah bersbada, *"Antara Rumahku dan mimbarku terdapat taman Surga."* (HR. Bukhari)

C. Masjidil Aqsha

Masjidil Aqsha adalah tempat Rasulullah di-*isra'*kan dan tempat kiblat pertama kali kaum muslimin sebelum diserukan menghadap Kiblat Masjidil Haram (Ka'bah).

Di antara keistimewaan Masjid Aqsha sebagaimana yang disabdakan Rasulullah yaitu:

لَا تُشَدُّ اَلرِّحَالُ إِلَّا إِلَى ثَلَاثَةِ مَسَاجِدَ: اَلْمَسْجِدِ اَلْحَرَامِ، وَمَسْجِدِي هَذَا، وَالْمَسْجِدِ اَلْأَقْصَى. (مُتَّفَقٌ عَلَيْهِ)

"Tidak dipaksakan perjalanan kecuali pada tiga Masjid, yaitu: Masjid Haram, Masjidku (Masjid Nabawi) ini, dan Masjid Aqsha." (HR. Bukhari dan Muslim)

D. Masjid Quba'

Keutaman Masjid Quba' adalah berkah dari Rasulullah. Karena Rasulullah sering mengunjunginya pada hari sabtu, baik beliau berjalan atau naik kendaraan.

Rasulullah bersabda,

من تطهر في بيته ثم أتى مسجد قباء فصلى فيه صلاة كان له كأجر عمرة

"Barang siapa yang bersuci di rumahnya, kemudian datang ke Masjid Quba' lalu shalat di dalamnya, maka baginya adalah pahala seperti orang yang melakukan Umrah." (HR. Ibnu Majjah, no.1412. Hadits shahih)

4. Waktu-waktu Mustajab dalam Berdoa

A. Bulan Ramadhan

Tidak ada yang memungkiri bahwa bulan Ramadhan adalah bulan yang paling utama di antara bulan-bulan lainnya. Di dalam bulan Ramadhan doa-doa dikabulkan Allah, terutama pada malam *lailatul qadar*.

Rasulullah bersabda:

وإن لكل مسلم في كل يوم وليلة دعوة مستجابة

"Sesungguhnya bagi setiap Muslim pada setiap siang dan malam (pada bulan Ramadhan) terdapat doa yang mustajab." (HR. Al-Bazzar. Albani men-*shahih*kannya)

B. Hari Jum'at

Hari Jum'at merupakan raja hari di antara hari-hari lainnya (*sayyidul ayyam*). Waktu hari Jum'at doa dikabulkan, terutama pada waktu setelah asar hingga terbenam matahari.

إِنَّ فِى الْجُمُعَةِ لَسَاعَةً لا يُوَافِقُهَا مُسْلِمٌ يَسْأَلُ اللَّهَ فِيهَا خَيْرًا إِلاَّ أَعْطَاهُ إِيَّاهُ

"Sesungguhnya pada hari Jum'at terdapat suatu waktu, tidaklah seorang hamba muslim pada waktu itu berdoa pada Allah kebaikan, kecuali Allah mengabulkan padanya." (HR. Muslim, no.2010)

التمسوا الساعة التي ترجى في يوم الجمعةِ بعد العصرِ إلى غيبوبة الشمس

"Carilah waktu yang penuh dengan harapan pada hari Jum'at yaitu setelah asar hingga matahari tenggelam." (HR. Tirmidzi, no.489. Albani meng-*hasan*kannya)

C. Tengah malam

Rasulullah bersabda,

أفضل الساعات جوف الليل الأخير

"Paling afdhal waktu adalah tengah malam yang akhir." (HR. Thabrani, no.863 dan Ahmad, no.17059. Hadits shahih)

ينزل الله في كل ليلة إلى سماء الدنيا فيقول هل من سائل فأعطيه هل من مستغفر فأغفر له هل من تائب فأتوب عليه حتى يطلع الفجر

"Setiap malam Allah turun ke langit dunia dan berkata, 'Adakah orang yang meminta, maka Aku mengabulkannya; Adakah orang yang memohon ampun, maka Aku mengampuninya; Adakah orang yang bertaubat, maka Aku menerima taubatnya, hingga terbit fajar." (HR. Ahmad, no.16793 dan Nasa'i, no.10321. Hadits shahih)

D. Di antara adzan dan iqamah

Rasulullah bersabda,

إِذَا نُودِيَ بِالصَّلاَةِ فُتِحَت أَبْوَابُ السَّمَاءِ وَاسْتُجِيبَ الدُّعَاء

"Jika telah dikumandangkan adzan untuk shalat, maka dibukalah pintu-pintu langit dan dikabulkan doa." (HR. Abu Ya'la. Hadits shahih)

الدعاء بين الأذان والإقامة لا يردّ

"Doa antara adzan dan iqamah tidak ditolak." (HR. Ibnu Huzaimah, no.426. Hadits shahih)

E. Ketika sujud

Rasulullah bersabda,

أَقْرَبُ مَا يَكُونُ الْعَبْدُ مِنْ رَبِّهِ وَهُوَ سَاجِدٌ فَأَكْثِرُوا الدُّعَاءَ

"Seorang hamba yang paling dekat dengan Tuhannya adalah ketika ia sedang sujud, maka perbanyaklah doa (dalam sujud)." (HR Muslim, no.1111 dan Abu Daud, no.875)

F. Setelah shalat fardhu

Rasulullah pernah ditanya, *'Kapankah doa lebih didengar (Allah)?' Rasulullah menjawab,*

جَوْفَ اللَّيْلِ الآخِرِ ، وَدُبُرَ الصَّلَواتِ المَكْتُوباتِ

"Di tengah malam yang akhir dan setelah shalat fardhu." (HR. Tirmidzi, no.3499. Hadits hasan)

G. Ketika berbuka

Rasulullah bersabda,

ثَلاَثَةٌ لاَ تُرَدُّ دَعْوَتُهُمُ الإِمَامُ الْعَادِلُ وَالصَّائِمُ حَتَّى يُفْطِرَ وَدَعْوَةُ الْمَظْلُومِ (صححه شعيب الأرنؤوط)

"Tiga macam orang yang doanya tidak ditolak; 1) Pemimpin yang adil, 2) Orang yang berpuasa hingga berbuka dan, 3) Doa orang yang didhalimi." (HR. Ahmad, no.8043 dan Tirmidzi)

إِنَّ لِلصَّائِمِ عِنْدَ فِطْرِهِ لَدَعْوَةً مَا تُرَدّ. (رواه هبن ماجه. -قال البوصيرى هذا إسناد صحيح رجاله ثقات، و ضعّفه البانى)

"Sesungguhnya bagi orang yang berpuasa ketika dia berbuka baginya doa yang tidak ditolak." (HR. Ibnu Majjah, no.1753)

H. Ketika minum air Zam-zam

Rasulullah bersabda,

مَاءُ زَمْزَم لِمَا شُرِبَ لَهُ

"Air Zamzam dapat diminum untuk keperluan apa saja." (HR. Ibnu Majjah, no.3062 dan Ahmad, no.14849. Hadits shahih)

I. Ketika turun hujan dan ketika berhadapan musuh

Rasulullah bersabda,

اطلبوا استجابة الدعاء عند التقاء الجيوش و إقامة الصلاة و نزول الغيث

"Carilah waktu mustajabnya doa, yaitu; ketika bertemu dengan pasukan musuh, ketika shalat didirikan dan ketika turun hujan." (HR. Imam Syafi'ie. Albani mengatakan Hadits shahih)

J. Ketika mendengar ayam berkokok

Rasulullah bersabda,

إِذَا سَمِعْتُمْ صِيَاحَ الدِّيَكَةِ، فَاسْأَلُوا اللهَ مِنْ فَضْلِهِ

"Jika kalian mendengar kokok ayam, maka mintalah kepada Allah sebagaian karunia-Nya. Sesungguhnya ia (ayam) tadi telah melihat Malaikat." (HR. Bukhari, no.3127 dan Muslim, no.7096)

K. Ketika menghadiri orang sakit dan orang mati

Rasulullah bersabda,

إِذَا حَضَرْتُمُ الْمَرِيضَ أَوِ الْمَيِّتَ فَقُولُوا خَيْرًا فَإِنَّ الْمَلاَئِكَةَ يُؤَمِّنُونَ عَلَى مَا تَقُولُونَ

"Jika kalian menghadiri orang yang sakit atau orang meninggal, berkatalah (berdoalah) dengan kata-kata baik. Sesunggunya para Malaikat mengaminkan apa yang kalian katakan." (HR. Muslim, no. 2168)

L. 10 hari pertama bulan Dzil Hijjah

Rasulullah bersabda,

ما العمل في أيام العشر أفضل من العمل في هذه

"Tiada amal yang lebih utama dari pada yang dikerjakan pada 10 hari (yang pertama dari bulan Dzulhijjah)." (HR. Bukhari, no.926)

M. Hari Arafah

Rasulullah bersabda,

مَا مِنْ يَوْمٍ أَكْثَرَ مِنْ أَنْ يُعْتِقَ اللَّهُ فِيهِ عَبْدًا مِنَ النَّارِ مِنْ يَوْمِ عَرَفَةَ

"Tiada hari yang lebih banyak seorang hamba dimerdekakan Allah dari neraka selain hari Arafah." (HR. Muslim, no.3354)

خير الدعاء يوم عرفة

"Sebaik-baiknya doa adalah pada hari Arafah." (HR. Tirmidzi, no.3585. Albani men-*hasan*kannya)

N. Waktu dalam majlis yang mengingat Allah

Rasulullah bersabda,

مَا قَعَدَ قَوْمٌ يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا حَفَّتْ بِهِمْ الْمَلاَئِكَةُ وَتَنَزَّلَتْ عَلَيْهِمْ السَّكِينَةُ وَتَغَشَّتْهُمْ الرَّحْمَةُ وَذَكَرَهُمْ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ

"Tidaklah duduk suatu kaum (dalam majlis pertemuan) mengingat Allah kecuali Malaikat menaungi mereka, ketenangan turun dan rahmat menyelimuti mereka, serta Allah menyebut mereka di sisi-Nya (dalam majlis Malaikat)." (HR. Ahmad, no.9772. Hadits shahih)

5. *Lafadz-lafadz sebelum Berdoa yang Menyebabkan Doa Dikabulkan*

A. Mengawali tasbih, tahmid dan takbir

Ummu Salim berkata,

يَا رَسُولَ اللَّهِ عَلِّمْنِي كَلِمَاتٍ أَدْعُو بِهِنَّ قَالَ تُسَبِّحِينَ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ عَشْرًا وَتَحْمَدِينَهُ عَشْرًا وَتُكَبِّرِينَهُ عَشْرًا ثُمَّ سَلِي حَاجَتَكِ فَإِنَّهُ يَقُولُ قَدْ فَعَلْتُ قَدْ فَعَلْتُ

"Ya Rasulullah, ajarilah saya kalimat-kalimat yang saya gunakan untuk berdoa dengannya!' Rasulullah bersabda, 'Bacalah ***tasbih 10x, tahmid 10x dan takbir 10x.*** *Kemudian mintalah hajatmu, maka sesungguhnya Allah berkata, 'Pasti Aku kabulkan, pasti Aku kabulkan."* (HR. Ahmad, no.12207. Hadits hasan)

B. Memulai tahmid dan bershalawat

فَلْيَبْدَأْ بِتَحْمِيدِ رَبِّهِ جَلَّ وَعَزَّ وَالثَّنَاءِ عَلَيْهِ ثُمَّ يُصَلِّى عَلَى النَّبِيِّ –صلى الله عليه وسلم– ثُمَّ يَدْعُو بَعْدُ بِمَا شَاءَ

"Hendaknya dalam berdoa, ia memulai memuji dan menyanjung Allah, kemudian bershalawat pada Rasulullah, lalu berdoa apa yang ia kehendaki." (HR. Abu Daud, no.1483 dan Ibnu Huzaimah, no.710. Albani men-*shahih*kannya)

كُلُّ دُعَاءٍ مَحْجُوب ، حَتَّى يُصَلىَّ عَلَى مُحَمَّدٍ.

"Setiap doa terhalang sehingga dibacakan shalawat atas Nabi Muhammad." (HR. Baihaqi dan Dailami. Hadit hasan)

C. Mengawali dengan Ismul A'dham

Diriwayatkan dari Buraidah, *"Rasulullah mendengar seseorang membaca dalam doanya,*

اَللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِأَنِّي أَشْهَدُ أَنَّكَ أَنْتَ اللّهُ (الَّذِي) لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ اْلأَحَدُ الصَّمَدُ, الَّذِي لَمْ يَلِدْ، وَلَمْ يُولَدْ، وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ.

'Ya Allah, sesungguhnya saya mohon pada-Mu. Saya bersaksi bahwasanya Engkau adalah Allah, tiada tuhan selain Engkau Yang Maha Esa tempat bergantung, tiada beranak dan tidak pula diperanakkan, dan tidak ada seorangpun yang setara dengan-Nya.'

Rasulullah bersabda, *'Sesungguhnya ia (orang yang membaca Ismul A'dham di atas) telah berdoa dengan nama-Nya Yang Teragung. Jika ia berdoa dengannya (menggunakan Ismul A'dham di atas), maka dikabulkan untuknya dan jika meminta sesuatu diberikan untuknya."* (HR. Tirmidzi, no.3475 dan Ahmad, no.22965. Hadits shahih)

D. Mengakui banyak salah dan dosa

Rasulullah bersabda, "*Sesungguhnya Allah kagum pada hamba yang mengatakan,*

لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ إِنِّي ظَلَمْت نَفْسِي فَاغْفِرْ لِي ذُنُوْبِيْ ، إِنَّهُ لاَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ أَنْتَ

'Sesungguhnya tiada Tuhan melainkan Engkau. Sesungguhnya aku telah dhalim pada diriku sendiri, maka ampunilah dosa-dosaku, sesungguhnya tiada yang dapat mengampuni dosa-dosa kecuali Engkau." (HR. Hakim, ia men-*shahih*kannya. no.2482)

E. Doa Nabi Yunus

Rasulullah bersabda, *“Doa Nabi Yunus ketika dia berdoa dalam perut ikan (yaitu),*

لاَ إِلهَ إِلاَّ أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِيْنَ

‘Tiada Tuhan selain Engakau, Mahasuci Engkau, sesungguhnya aku termasuk orang yang dhalim.’

فإنه لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط إلا استجاب الله له

“Maka sesungguhnya, tidaklah sekali-kali seseorang muslim dalam berdoa menggunakannya (doa Nabi Yunus tersebut) untuk meminta sesuatu kecuali Allah mengabulkannya.” (HR. Tirmidzi, no.3505. Hadits shahih)

D. Adab (tata cara) Berdoa

Secara garis besar adab dalam berdoa yaitu:

1. Memulai dengan Memuji Allah dan Bershalawat

فَلْيَبْدَأْ بِتَحْمِيدِ رَبِّهِ جَلَّ وَعَزَّ وَالثَّنَاءِ عَلَيْهِ ثُمَّ يُصَلِّى عَلَى النَّبِىِّ –صلى الله عليه وسلم– ثُمَّ يَدْعُو بَعْدُ بِمَا شَاءَ

“Hendaknya dalam berdoa, ia memulai memuji dan menyanjung Allah, kemudian bershalawat pada Rasulullah, lalu berdoa apa yang ia kehendaki.” (HR. Abu Daud, no.1483 dan Ibnu Huzaimah, no.710. Albani men-*shahih*kannya)

كُلُّ دُعَاءٍ مَحْجُوب ، حَتَّى يُصَلىَّ عَلَى مُحَمَّدٍ. (حسن البيهقي والديلمي)

“Setiap doa terhalang sehingga dibacakan shalawat atas Nabi Muhammad.” (HR. Baihaqi dan Dailami. Hadit hasan)

2. Menutup Doa dengan Shalawat pada Rasulullah dan Memuji Allah

Allah berfirman,

دَعْوَاهُمْ فِيهَا سُبْحَانَكَ اللّهُمَّ وَتَحِيَّتُهُمْ فِيهَا سَلاَمٌ، وَآَخِرُ دَعْوَاهُمْ أَنِ الْحَمْدُ لِلّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

“Do’a mereka di dalamnya ialah, “Subhanakallahumma, dan salam penghormatan mereka ialah salam (permohonan kesejahteraan), dan penutup doa mereka ialah: “Alhamdulilaahi Rabbil ‘aalamin.” (QS. Yunus: 10)

Adapun contoh, penutup doa dengan *shalawat dan tahmid* adalah seperti dalam al-Qur’an, surat al-Shaffat: 182,

سُبْحَانَ رَبِّكَ رَبِّ الْعِزَّةِ عَمَّا يَصِفُونَ، وَسَلامٌ عَلَى الْمُرْسَلِينَ وَالْحَمْدُ لِلّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ.

Adab-adab lainnya

Adapun adab-adab yang lain dalam berdoa adalah:

1. Dalam Keadaan Suci

فَتَوَضَّأَ، ثُمَّ رَفَعَ يَدَيْهِ فَقَالَ: اللّهُمَّ اغْفِرْ لِعُبَيْدٍ أَبِي عَامِرٍ

“Maka Rasulullah berwudhu, kemudian mengangkat tangannya berdoa, “Ya Allah ampunilah Ubaid Abi Amir.” (HR. Bukhari, no.4068)

2. Menghadap Kiblat

اسْتَقْبَلَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْكَعْبَةَ فَدَعَا عَلَى نَفَرٍ مِنْ قُرَيْشٍ

"Rasulullah menghadap ke Ka'bah, kemudian berdoa untuk seseorang dari Quraisy." (HR. Bukhari, no. 3743**)**

3. Bertadlarru' dalam Berdoa

Berdoa dengan merendahkan diri pada Allah dan berkeyakinan bahwa Allah akan mengabulkan doa. Firman Allah,

ادْعُواْ رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لاَ يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

"Berdoalah kepada Tuhanmu dengan merendah diri dan suara yang lembut. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas." (QS. Al-A'raf: 55)

4. Mengangkat Kedua Tangan

إِنَّ اللهَ تَعَالَى حَيِيٌّ كَرِيْمٌ ، يَسْتَحِيي إِذَا رَفَعَ الرَّجُلُ إِلَيْهِ يَدَيْهِ أَنْ يَرُدَّهُمَا صِفْراً خَائِبَتَيْنِ

"Sesungguhnya Allah Maha Hidup dan Maha Mulia, Dia malu jika seseorang berdoa dengan mengangkat kedua tangannya, lalu mengembalikan keduanya dengan tangan hampa." (HR. Tirmidzi, no.3556. Albani men-*shahih*kannya)

5. Memulai dari Sendiri jika Mendoakan Orang Lain

Sebagaimana yang diriwayatkan dari Ubay bin Ka'ab, beliau berkata, bahwa Rasulullah jika mendoakan orang, beliau memulai pada dirinya sendiri dahulu, kemudian mendoakan orang lain. Yang demikian juga terdapat contoh dalam al-Qur'an. Di antaranya surat al-Hasyr: 10 dan surat Ibrahim: 40,

رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ. رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ

6. Bersungguh-sungguh Penuh Pengharapan dalam Berdoa

Dalam berdoa hendaknya dilakukan dengan sungguh-sungguh. Begitu sungguh-sungguh Rasulullah dalam berdoa terkadang mengulang doanya 3x. Sebagaimana yang diriwayatkan dari Ibnu Mas'ud r.a., beliau berkata,

كَانَ إِذَا دَعَا دَعَا ثَلاَثًا. وَإِذَا سَأَلَ سَأَلَ ثَلاَثًا

"Rasulullah jika berdoa mengulangi doanya 3x, dan jika beliau memohon, permohonannya diulang 3x." (HR. Muslim, no.4750)

7. Tidak Berdoa untuk Membahayakan Diri atau Keluarga

لاَ تَدْعُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ وَلاَ تَدْعُوا عَلَى أَوْلاَدِكُمْ وَلاَ تَدْعُوا عَلَى أَمْوَالِكُمْ

"Janganlah kalian mendoakan kejelekan untuk diri kalian, janganlah kalian mendoakan kejelekan untuk anak kalian dan janganlah kalian mendoakan kejelekan untuk harta benda kalian." (HR. Muslim, no.7705)

DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an al-Karim

Abu Daud, *Sunan Abi Daud* (Bairut: Dar al-Kitab al-Arabi, t.t.)

Al-Bani, Muhammad Nashir al-Din, *al-Silsilah al-Shahihah* (Riyadh: Maktabah Ma'arif, t.t.)

Al-Baihaqi, Abu Bakar Ahmad bin al-Husain, *Sunan al-Baihaqi al-Kubra* (Makkah Mukarramah: Maktabah Dar al-Baz, 1994)

-------, *Syu'ab al-Iman* (Bairut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1410 H)

Al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari* (Bairut: Dar ibn Katsir, 1987)

Al-Hakim, *al-Mustadrak 'ala al-Shahihain* (Bairut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyah, 1990)

Al-Maqdisi, Abu Muhammad 'Abdul Ghani bin 'Abdul Wahid, *al-Targhib fi al-Du'a'* (Bairut: Dar Ibnu Hazm, 1995)

Al-Midari, Amir bin Muhammad, *Kaifa Takunu Mustajab al-Du'a'*.

Al-Qahthani, Sa'id bin 'Ali bin Wahf, *Syuruth al-Du'a' wa Mawani' al-Ijabah.*

Abu Ya'la, *Musnad Abi Ya'la* (Bairut: Dar al-Ma'mun li al-Turats, 1984)

Al-Suyuthi, Jalaluddin, *Jam' al-Jawami'*.

Al-Tirmidzi, *Sunan al-Tirmidzi* (Bairut: Dar Ihya' al-Turats al-Arabi, t.t.)

Ibnu Hambal, Ahmad, *Musnad al-Imam Ahmad bin Hambal* (Bairut: Muassasah al-Risalah, 1999)

Ibnu Huzaimah, *Shahih Ibnu Huzaimah* (Bairut: al-Maktab al-Islami, 1970)

Muslim, *Shahih Muslim* (Bairut: Dar al-Jail, t.t)

Muhammad, Ibnu Muhammad, *Silah al-Mu'min fi al-Du'a' wa al-Dzikr* (Bairut: Dar Ibnu Katsir, 1993)